

从生活中
学中医



读懂手部身体地图 全身健康尽在掌握

方法简单 方便实用 一看就懂



一学就会 手诊手疗

大全

樊红杰 主编

八条辅线

人生线、健康线、性线、
生育线、心线、脑线、手
颈线、离火环

九大区域

震位、巽位、离位、
坤位、兑位、乾位、
坎位、艮位、明堂

九大病线

性线、性能线、过渡
桥贯线、手术线、
界线、肝胆线、
早熟线

病纹辨析

纵切纹、横切纹、十字纹、交叉
状纹、米字纹、井字纹、网格
纹、三角形纹、方格形纹、菱形
纹、星形纹、圆形纹、岛形纹

甲色辨析

指甲白色、指甲红色、指甲黄
色、指甲青色、指甲紫色、指甲
黑色、指甲灰色

疾病手诊

妇科手诊、男科手诊、儿科
手诊、循环系统手诊、神经
系统手诊、消化系统手诊、
运动系统手诊、呼吸系统手
诊、泌尿系统手诊

黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

011002, 开道出

一学就会 手诊手疗大全

樊红杰 主编



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

【发行：中国医药出版社】

图书在版编目 (CIP) 数据

一学就会手诊手疗大全 / 樊红杰主编. -- 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2013.10

ISBN 978-7-5388-7723-6

I. ①—… II. ①樊… III. ①掌纹-望诊(中医)-图解 IV. ①R241.29-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 239535 号

一学就会手诊手疗大全

YIXUEJIUHUISHOUZHENSHOULIAODAQUN

主 编 樊红杰

责任编辑 闫海波

封面设计 李艾红

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编: 150001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn

www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京中创彩色印刷有限公司

开 本 1020mm × 1200mm 1/10

印 张 44

字 数 787 千字

版 次 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7723-6/R · 2227

定 价 29.80 元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

前言

人们的双手每天都在不停地传递着机体活动的信息，告诉自己的身体状况。人的手掌就像是一台显示器，全身的脏腑、器官、四肢和关节都在手上占有一席之地。每个人的双手都有着不同的特质，手上的每种特质，结构、形态、气色、温度或是其他的特点，都预示着每个人的个性、喜好、欲望、健康等。通过观察手部的颜色、纹理和形态变化，就可以知道内部脏腑的生理、病理变化。例如，食指根部巽位高大，是脑出血的征兆，若为凹坑，并在皮下有红色斑点，则是胆结石的信号。手掌上感情线与智慧线之间的方庭内，若有十字纹，则提示心律失常；如果手掌的两侧没有性线，则提示易患不孕不育症。

手诊在我国有着悠久的历史，是我国历代医家几千年来诊断疾病的宝贵经验的积累。2000多年前的《黄帝内经》就发现，人体的局部和整体具有辩证统一的关系，即身体每一个局部都与全身的脏腑、经络等密切相关。因此，通过观察手部就可以对人的整体健康有所了解。手诊手疗是了解健康最简单又最实际的方法，从手上可以看出一个人的健康状况。

手部传达的信息可以认为是遗传基因的一种外在的表达方式，因为基因在人类的个体中是无一完全相同的，而掌纹的表达也是无一相同的，故而保证了每个生命个体的唯一性和稳定性。由于手的变化敏感、直观可见，是体内健康状况忠实的反映，所以可以随时随地地进行自我观察。事实上我们的双手本身就是一本人生的记录手册，因此，通过观察手的气色、指甲、形态、掌纹、反射区等方法，去了解人体内在的遗传特征和健康状况，就有着许多独特的地方和特殊的诊断意义。

掌丘、十字状纹、米字状纹、手指、指纹、指甲纹、指甲……手诊乍看起来似乎十分复杂，破解手上密布的各种健康密码也很容易让人心生畏惧。想由手探知健康的状况并不是一件难事，它也有一定的规律。一般来说，主要观察手的形态是否正常、掌丘是否饱满润泽、掌线是否明晰连续、手部是否有异常纹出现、手指和指甲的形态是否有异变。这些就是疾病发出的信号，只要学会判断这些信号，经常细心地观察手掌，即使是毫无医学基础的人也能学会手诊。从而能透彻地了解自己，并可从中预知各种变化，提早趋吉避凶，预防疾病，这是手诊最奥妙的功用。

为了让读者更好地了解手诊，学会利用手诊来治病防病，首先介绍了相关的手诊基础知识，内容详尽且通俗易懂，为初学者打开了手诊的大门。然后，详细讲解了不同种类的多种常见疾病的手诊方法，让读者可以学到简便实用的诊病技巧。同时，还具体介绍了常见疾病的手疗法和穴位疗法。不管是诊断，还是治疗，内容丰富且方法多样，读者可以根据自己的喜好和方便选择适合自己的诊治方法。通过手部的变化，我们能获知身体的疾病信号。通过对手掌的诊断和治疗，可以让我们了解自己的体质现状，了解自己的先天禀赋，

从而更有针对性地防病于未然。

详尽的图示与文字有机地结合，在方便阅读的同时，读者可以更直观地参照图示来对照自身手部的变化特征，诊断自身病痛，并通过观察图示呈现出来的对应病症来有效去除病灶、预防疾病的发生。这是一本一专多能的综合性读物，通俗的语言与易学好懂的例证，适合各年龄段关注自身健康的人使用。



目录

第一章 手诊导论

第一节 手诊中医论	2
手诊的起源早于中医	2
手诊可以认为是中医望诊的发展	3
手诊推动了中医学的普及与发展	3
第二节 手诊西医论	4
西医的解剖、生理、病理等学说丰富了手诊医学的发展	4
现代医学的理化检验促进了手诊医学的精确性	4
现代医学的研究方法推动了手诊医学的研究进程	4
第三节 手诊健康论	5
手诊医学在健康保健产业发展中的三个历史阶段	5
手诊医学在健康保健产业发展中的三个必要性	6
手诊医学在健康保健产业发展中的三个作用体现	6
手诊医学在健康保健产业发展中的三种培训模式	7
手诊医学与健康产业之歌	7
第四节 手诊养生论	8
手诊与道家养生	8
手诊与大众养生	8
手诊与现代养生	9
第五节 手诊科学论	10
手诊具有重复性	10
手诊具有规律性	10
手诊具有可操作性	10
手诊具有发展性	11
准确率是硬道理	11
第六节 手诊研究论	12
手诊医学的定义	12
手诊医学的背景	12
手诊医学的研究思维	13
手诊医学的研究方法	14

第七节 手诊发展论与手诊人文论	15
研究手诊医学的必要性	15
应运而生的手诊医学	15
手诊医学的现状	16
手诊医学发展的三大方向	16
人文手诊医学定义	18
人文手诊医学体系的几大特点	18

第二章 手诊原理

第一节 中医学原理	20
整体观念是手诊医学的理论基础	20
辨证论治是手诊医学规律的分析指南	21
第二节 全息学原理	23
关于全息生物学	23
关于全息医学	24
全息医学中手诊脏腑划分规律	24
第三节 经络学原理	26
人手部的经络	26
手部辨证、治病的原理	26
第四节 生物电信原理	27
生物电的概念	27
生物电信的概念	27
第五节 全息胚原理与信息论原理	29
形成纹线的基底层细胞组织——生化学基础	29
形成纹线的棘细胞组织——形态学基础	29
纹和线的生物学特征	29
纹线和疾病之间的信息传输途径	29
信息与信息论	30
人类的生存和发展与信息密不可分	31
第六节 易经学原理	32
手部八卦原理概述	32
手太极	32
手阴阳	32
手五行	32
手掌八卦	34
关于地纹	35
关于人纹	35
关于天纹	35

关于玉柱纹	36
关于太阳纹	36
第七节 皮纹学原理	37
高度稳定性	37
个体特异性	37
遗传与环境因素的相互作用	37
皮纹学研究中的特定术语	38
指纹纹线系统和三叉	38

第三章 手诊准备

第一节 手诊学习指南及触诊	40
认识之初，宁精勿杂	40
学习之时，静思慎悟	40
应用之初，熟能生巧	40
掌握之后，知常达变	40
研究之需，基础为先	40
诊断之际，方圆规则	41
触诊的要点	41
触诊举例	41
触诊顺序	41
手部活动	41
按压检查	42
第二节 手诊的健康标准及手诊条件	43
正常形状	43
正常颜色	43
正常力度	44
正常温度	44
正常湿度	44
手诊的条件	44
手诊的注意事项	45
影响手诊诊断的人文因素	45
影响手诊诊断的生理因素	45
影响手诊诊断的病理因素	46
影响手诊诊断的物理因素	46
第三节 手诊的方位规定与分界标志	47
手诊的方位规定	47
手诊的分界标志	47
第四节 手诊的判定定理	49
叠加定理	49

渐减定理·····	49
辨证定理·····	49
第五节 纹理的分析思路·····	50
纹理简单的手案分析思路·····	50
纹理繁杂的手案分析指南·····	50
第六节 拍摄处理手图步骤技巧·····	52
拍摄手图·····	52
处理手图·····	52
分析工具·····	52
第七节 电脑分析手图的规律和原则·····	53
首先整体宏观分析·····	53
观察局部微观分析·····	53
九区分析规律要领·····	53
主线分析规律要领·····	53
指象分析规律要领·····	54
甲象分析规律要领·····	54
手背分析规律要领·····	54
综合分析健康评估·····	54

第四章 望色、望态基础

第一节 望色的基本规律·····	56
常色·····	56
主色·····	56
客色·····	56
变色·····	56
标色·····	56
第二节 五色辨证·····	57
青色——肝色的代表·····	57
红色——心色的代表·····	58
白色——肺色的代表·····	59
黄色——脾色的代表·····	60
黑色——肾色的代表·····	60
辨色指南·····	61
五行五色关系·····	62
斑点诊断·····	62
望色十纲·····	63
第三节 手掌形态和干湿状态·····	65
凹·····	65

凸	65
硬	65
软	66
小	66
大	67
干	67
湿	67

第五章 病纹基础

第一节 病纹概论	70
什么是线？什么是纹？	70
病线、辅线都是线	70
第二节 开放型纹理	72
：纵切纹——衰弱的先兆	72
—：横切纹——紊乱的开始	72
+：十字纹——稳定的早期	72
×：交叉状纹——变化的早期	73
*：米字纹——存在的发展	73
#：井字纹——存在的变化	74
网格纹——事实的隐患	74
开放型纹理的辩证规律	74
第三节 闭合型纹理	75
△：三角形纹——因果的循环，劳损的标志	75
□：方格形纹——稳定的象征，手术的痕迹	75
◇：菱形纹——变幻的象征，转变的表现	76
☆：星形纹	76
○：圆形纹	76
O、◎：岛形纹——肿瘤的先兆，衰弱的表现	77
闭合型纹理的辩证规律	78

第六章 九区纲目

第一节 震区——胃肾同源的开始	80
五行属性	80
手诊定位	80
脏腑属性——胃肾同源	80
正常形态	80
整体辨证	81

区位划分	82
分区辨证之震区上部	82
分区辨证之震区下部	84
养生指南	87
第二节 巽区——肝胆相照的证明	88
五行属性	88
手诊定位	88
正常形态	88
脏腑属性——肝胆相照	88
区位划分	88
整体辨证	88
养生指南	91
现代研究	91
第三节 离区——雄心壮志的昭示	92
五行属性	92
手诊定位	92
脏腑属性——人心仙肺	92
正常形态	92
整体辨证	92
区位划分	94
分区辨证之食管区	95
分区辨证之咽喉区(过敏区)	96
分区辨证之支气管肺区	97
分区辨证之脑神经思维区	98
分区辨证之心理感应区	99
养生指南	100
现代研究	101
第四节 坤区——先天后天的反映	102
五行属性	102
手诊定位	102
脏腑属性——脾肾根本	102
正常形态	102
整体辨证	102
养生指南	106
现代研究	106
第五节 兑区——回肠荡气的感觉	107
五行属性	107
脏腑属性	107
手诊定位	107
正常形态	107
整体辨证	107
养生指南	109

现代研究	109
第六节 乾区——金水相生的渊源	110
五行属性	110
手诊定位	110
脏腑属性	110
正常形态	110
整体辨证	110
纹理分析	111
区位划分	112
分区辨证之肺区	113
分区辨证之肾区	115
分区辨证之盆腔区	116
分区辨证之内分泌区	117
分区辨证之性功能区	118
养生指南	118
现代研究	118
第七节 坎区——生生不息的源泉	119
五行属性	119
手诊定位	119
脏腑属性	119
正常形态	119
整体辨证	119
区位划分	121
分区辨证之肾腰椎区	122
女性生殖区划分及辨证	123
子宫体区	125
子宫颈区	126
阴道、外阴、直肠区	127
卵巢区	128
男性生殖区划分及辨证	129
前列腺区	130
阴茎、尿道、外阴、直肠区	131
睾丸区	131
养生指南	132
现代研究	132
第八节 艮区——身强力壮的表现	133
五行属性	133
手诊定位	133
脏腑属性	133
正常形态	133
整体辨证	133
区位划分	135

分区辨证之支气管肺区	135
分区辨证之盆腔区	136
养生指南	137
现代研究	137
第九节 明堂——聪明睿智的象征	138
五行属性	138
脏腑属性	138
正常形态	138
手诊定位	138
整体辨证	138
区位划分	139
分区辨证之明堂脑区	140
分区辨证之明堂心区	141
养生指南	143
现代研究	144

第七章 主线纲目

第一节 手掌的主线	146
手掌的主线有哪些	146
主线脏腑诊断	146
主线与辅线诊病的区别	147
第二节 主线辨证基础	148
主线上的开放型病纹	148
主线上的闭合型病纹	149
主线的变异规律特点	151
第三节 生命线——先天后天的根本	154
手诊定位	154
脏腑属性	154
正常形态	154
整体辨证	154
脏腑分段	158
分段辨证之食管、胃段	159
分段辨证之肝段	161
分段辨证之胆段	162
分段辨证之食管、胃、十二指肠段（消化段）	164
分段辨证之小肠段	165
分段辨证之大肠段（宿便毒素段）	166
分段辨证之肾腰椎段	167
分段辨证之生殖段	168
养生指南	170

现代研究·····	170
第四节 智慧线——聚精会神的轨迹·····	171
手诊定位·····	171
脏腑属性·····	171
人文意义·····	171
正常形态·····	171
整体辨证·····	171
脏腑分段·····	176
分段辨证之颈椎段·····	176
分段辨证之心理压力段·····	178
分段辨证之心脏段·····	181
分段辨证之精神紧张段·····	183
分段辨证之脑段·····	184
分段辨证之内分泌段（乳腺段）·····	185
养生指南·····	187
现代研究·····	187
第五节 感情线——百感交集的写照·····	188
手诊定位·····	188
正常形态·····	188
脏腑属性·····	188
人文意义·····	188
整体辨证·····	188
段位划分·····	193
分段辨证之生殖段·····	194
分段辨证之肾腰椎段·····	195
分段辨证之心脏段·····	196
分段辨证之血液毒素段·····	198
分段辨证之脑段·····	199
分段辨证之血糖段·····	201
养生指南·····	202
现代研究·····	202

第八章 辅助纲目、十大病线

第一节 辅线的意义·····	204
反映先天体质健康状况·····	204
体现患者目前的健康状况·····	204
弥补主线诊断中的不足·····	204
反映脏腑的特定功能或疾病·····	204

第二节 人生线——岁月蹉跎的记录	205
手诊定位	205
脏腑属性	205
正常形态	205
整体辨证	205
养生指南	209
第三节 健康线——健康状态的显示	210
手诊定位	210
脏腑属性	210
正常形态	210
整体辨证	210
第四节 性线——天伦之乐的记载	213
手诊定位	213
脏腑属性	213
正常形态	213
整体辨证	213
养生指南	215
第五节 生育线和心线	216
生育线手诊定位	216
生育线脏腑属性	216
生育线正常形态	216
生育线整体辨证	216
生育线养生指南	218
心线手诊定位	218
心线脏腑属性	218
心线正常形态	218
心线整体辨证	218
心线养生指南	218
第六节 脑线——神采奕奕的表现	220
手诊定位	220
脏腑属性	220
正常形态	220
整体辨证	220
养生指南	221
第七节 手颈线——精力充沛的表现	222
手诊定位	222
脏腑属性	222
正常形态	222
整体辨证	222
养生指南	224

第八节 离火环与通贯掌纹	225
离火环手诊定位	225
离火环脏腑属性	225
离火环正常形态	225
离火环整体辨证	225
离火环养生指南	227
通贯掌的概念	227
通贯掌的医学意义	227
通贯掌的三种类型	227
第九节 人生辅线——随机应变的辅佐	228
手诊定位	228
脏腑属性	228
正常形态	228
整体辨证	228
养生指南	229
第十节 九大病线	230
乾生线	230
性能线	231
过度线	231
桥贯线	231
手术线	232
艮震分界线	232
肝胆线	232
小离环	233
早熟线	234

第九章 指象纲目和指纹纲目

第一节 指节纹分析	236
概念	236
正常形态	236
脏腑属性	236
整体辨证	236
三纹辨证	237
第二节 五指诊断	239
拇指	239
食指	240
中指	240
无名指	241
小指	242

指形分类·····	243
第三节 指距辨证·····	244
什么是指距·····	244
拇食指距·····	244
食中指距·····	244
中无指距·····	245
无小指距·····	245
第四节 指纹概论·····	246
神奇的指纹·····	246
指纹定义·····	247
第五节 指纹分类·····	248
箕形纹·····	248
斗形纹·····	248

第十章 甲象纲目

第一节 甲象分类·····	250
标准指甲·····	250
横道纵道·····	250
甲身凹沟·····	250
指甲翻曲·····	251
指甲细长·····	251
指甲很短·····	251
圆形指甲·····	251
甲尖缺痕·····	251
四角形甲·····	251
三角形甲·····	251
空泡型甲·····	251
卵甲·····	251
长形指甲·····	251
窄甲·····	251
阔甲·····	252
方甲·····	252
梯甲·····	252
嵌甲·····	252
勺甲·····	252
凸甲·····	252
凹甲·····	252
剥甲·····	252
代甲·····	252